

UNIVERSIDADE ABERTA DO BRASIL  
UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ  
COORDENADORIA DE INTEGRAÇÃO DE  
POLÍTICA DE EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA  
SETOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM

MIRIAM DOS SANTOS TEODORO

**O MUNDO GRISALHO EM NOSSA SOCIEDADE VIVENDO EM PLENA  
QUALIDADE DE VIDA**

CIDADE GAÚCHA  
2011

MIRIAM DOS SANTOS TEODORO

**O MUNDO GRISALHO EM NOSSA SOCIEDADE VIVENDO EM PLENA  
QUALIDADE DE VIDA**

Monografia apresentada ao Módulo IV – Práticas de Educação em Saúde II como requisito parcial à conclusão do Curso de Especialização em saúde para professores do ensino fundamental e médio, Universidade Federal do Paraná, Núcleo de Educação a Distância.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Ms. Hellen Roehrs.

MIRIAM DOS SANTOS TEODORO

**O MUNDO GRISALHO EM NOSSA SOCIEDADE VIVENDO EM PLENA  
QUALIDADE DE VIDA**

Monografia apresentada à Universidade Federal do Paraná – Universidade Aberta do Brasil, como requisito parcial para conclusão do Curso de Especialização em saúde para professores, sob orientação da professora Mestre Hellen Roehrs.

Aprovado em: \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

\_\_\_\_\_  
Professora

\_\_\_\_\_  
Professora

## DEDICATÓRIA

A todos que diretamente e indiretamente participaram de mais esta etapa de minha vida.

Em muito em especial a minha irmã Marinalva pelo exemplo de perseverança e determinação.

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, meu refúgio e fortaleza.

A Orientadora Prof<sup>a</sup> Ms. Hellen Roehrs pelo incentivo, orientação e auxílio.

Aos meus familiares, amigos e colegas que direta ou indiretamente contribuíram para que eu chegasse ao final desta especialização.

Aos alunos do Colégio Costa e Silva que participaram de bom grato contribuindo para o enriquecimento desse estudo.

Ao Núcleo de Ensino a Distância da UFPR, pela oportunidade em participar de uma formação enriquecedora.

***“Quando a velhice chegar, aceita-a, ama-a. Ela é abundante em prazeres se souberes amá-la. Os anos que vão gradualmente declinando estão entre os mais doces da vida de um homem. Mesmo quando tenhas alcançado o limite extremo dos caos, este ainda reservam prazeres.”***

**Sêneca**

TEODORO, M.S. **O mundo grisalho em nossa sociedade vivendo em plena qualidade de vida.** 2011. Monografia (Especialização em saúde para professores do ensino fundamental e médio) – Universidade Federal do Paraná.

A demografia mundial tem cada vez mais apresentado uma população mais idosa, isto já não é uma exclusividade dos países ricos. No entanto, o planeta grisalho, seja nos países ricos ou nos países pobres vem buscando estrutura nos diferentes setores sociais para proporcionar a esta parcela da população uma vida saudável e de qualidade. O Projeto de Intervenção foi desenvolvido com as turmas de 6ª série do Ensino Fundamental do período vespertino na faixa etária de 11 a 13 anos e de 2º do Ensino médio do mesmo período, com alunos entre 15 e 17 anos, envolvendo aproximadamente 110 alunos, no Colégio Estadual Marechal Costa e Silva – Ensino Fundamental e Médio, em Cidade Gaúcha, no Paraná. São objetivos deste trabalho, oportunizar a compreensão real das conseqüências do aumento da expectativa de vida da população brasileira, além de buscar atitudes de respeito e propagação de ações que promovam a melhoria na qualidade de vida do idoso, reconhecendo que este terá uma vida mais longa e saudável com cuidados e orientações adequadas. Conclui-se que os envolvidos no desenvolvimento do trabalho reconheceram a necessidade da qualidade de vida do idoso e as mudanças necessárias no dia-a-dia para a convivência entre as gerações para enfrentamento das limitações e desafios que venham surgir. Através da participação da comunidade em eventos culturais do calendário letivo - FELART e FECICO promovidos pela escola que, percebeu-se que os conhecimentos aprendidos pelos alunos ultrapassaram os muros da escola, criando um ambiente de aprendizagem participativa e significativa no processo ensino e aprendizagem.

**PALAVRAS-CHAVE:** envelhecimento da população; qualidade de vida; saúde do idoso.

## ABSTRACT

TEODORO, MS The world's graying society living in our quality of life in full. 2011. Monograph (Specialization in health for teachers of elementary and middle school) - Federal University of Parana.

The demography has shown an increasingly older population, this is no longer the exclusive domain of rich countries. However, the gray world, whether in rich or poor countries has been seeking to structure the different social sectors to provide that population a healthy life and quality. The Intervention Project was developed with the classes of 6th grade of elementary school in the afternoon at the age of 11 to 13 years and 2 of the High school of the same period, with students between 15 and 17 years, involving approximately 110 students in State College Marshall Costa e Silva - Elementary and High School in Rio Grande do Sul City, Parana. The objectives of this work, to chance the real understanding of the consequences of increased life expectancy of the Brazilian population, and seek respectful attitudes and actions that promote the spread of the improved quality of life of the elderly, recognizing that this will have a longer life and healthy with proper care and guidance. It follows that those involved in development work recognized the need for quality of life of elderly and the necessary changes in day-to-day basis for coexistence between the generations to face limitations and challenges that may arise. Through community participation in cultural events of the school calendar - FELART FECIC and promoted by the school, it was realized that the skills learned by students surpassed the school walls, creating a learning environment, participatory and meaningful in the teaching and learning.

KEYWORDS: aging population, quality of life, health of the elderly.



## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>01</b>
<b>2</b>	<b>REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	<b>04</b>
2.1	O MUNDO GRISALHO EM NOSSA SOCIEDADE VIVENDO EM PLENA QUALIDADE DE VIDA .....	04
2.2	O BRASIL E O ENVELHECIMENTO DE SUA POPULAÇÃO ...	06
2.3	A ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE NA MELHOR IDADE .....	08
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>11</b>
3.1	SUJEITOS.....	11
3.2	LOCAL DA INTERVENÇÃO .....	12
3.3	DESCREVENDO AS ETAPAS .....	13
<b>4</b>	<b>APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS DA INTERVENÇÃO ..</b>	<b>18</b>
<b>5</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>22</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>23</b>
	<b>ANEXOS.....</b>	<b>25</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Com a população idosa cada vez mais crescente na sociedade brasileira, se faz necessário trabalhar e fazer valer os direitos conquistados dessa parcela populacional. Pois a este grupo deve-se não só o respeito, mas a gratidão por contribuírem e buscam o progresso da comunidade em que vivem. E ao discorrer sobre a consequência da longevidade no universo socioeconômico e cultural de uma sociedade como a nossa, se faz necessário pontuar as mudanças que tem ocorrido no contexto social de nosso país, em que as regras e valores foram e estão sendo alterados, bem como, os arranjos familiares também vêm modificando.

Os meios de comunicação diariamente vêm mostrando ações que passaram a ser corriqueiras do convívio social dos idosos em muitos lares pelo Brasil afora. Muitas vezes situações adversas de atrocidades, em que a violência impera nos lares dos idosos, que são vítimas de seus próprios familiares ou de profissionais que permitem descumprir com a ética e deveres de sua conduta profissional, os quais deveriam zelar pelo bem estar integridade de um ser humano que necessita de cuidados de outrem. Em outros casos vemos idosos envolvidos no mundo do crime, mesmos tendo alcançados os anos de velhices não abandonaram o banditismo e aliciam jovens de seu convívio para percorrer e seguir o caminho do erro e alheio a justiça.

Tendo a presença de muitos avôs em reuniões escolares do Colégio Estadual Marechal Costa e Silva de Cidade Gaúcha, algo que vem acentuando a cada ano, notou-se que grande parte dos alunos matriculados no ensino fundamental das séries finais tem este membro da família como único arrego e esteio de provisão sócia econômica e principalmente afetiva. E não são poucos os que convivem e compartilham a mesma residência. Este é um dado que permite comprovar a realidade da longevidade em nossa sociedade. Pois em algumas décadas passadas poucas crianças tinham privilegio do convívio com seus avôs, quando chegavam à pré-adolescência ou mesmo na infância pediam os mesmos, pois estes entes queridos não gozavam da expectativa de vida longicua que grande parte da população nos dias atuais alcança.

E com o modo de vida imposto pelas sociedades contemporâneas que dita um ritmo de convivência com um número grande de pessoas em qualquer lugar que se vai, proporcionando um mundo estressante e cansativo a todos os indivíduos. E para o idoso isto é, uma realidade mais percebível, portanto, se faz necessário a

existências dos grupos que promovam encontros e atividades de lazer e interação da Terceira Idade do município e fora dele. Que possibilita um convívio entre as pessoas da mesma faixa etária com qualidade de vida social e física, tendo a oportunidade de permitir o uso de seus direitos e exercendo seus deveres como cidadãos.

Os trabalhos que foram desenvolvidos ao longo da implementação do Projeto de Intervenção teve uma metodologia pedagógica que levou o aprendizado ao aluno de forma interdisciplinar. Sendo tudo de acordo com a proposta curricular do estabelecimento de ensino, buscando de forma criativa atender os requisitos dos Desafios Contemporâneos e ao proposto no Projeto Político Pedagógico do colégio e dos eventos por ele ofertado em que a temática da longevidade pode ser apresentada de modo a contribuir com o público visitante, de modo a promover a qualidade de vida às pessoas da Terceira Idade.

Os alunos inicialmente virão os dados gerais e depois locais sobre a vida da Terceira Idade, como o município lida com as questões adversas vividas pelos idosos locais; também trazendo, em especial na FECICO uma abordagem em que transmitiram ao público informações e dicas de como ter uma vida plena e de saúde com cuidados devidos e com características próprias para sua idade, quando ocorrem alterações psicológicas, sociais, emocionais e biológicas. (ALFIERI, 2002).

Provocando reflexão de todos envolvidos no Projeto de Intervenção, com perguntas, tais como: Como se dá o relacionamento dos mesmos com os idosos com os quais eles convivem? Conhecem os direitos garantidos por lei aos idosos e os cuidados na acessibilidade dos lugares que estes freqüentam e dos serviços que precisam? Que grupos se recorre no município quando os aspectos pertinentes ao bem estar físico e moral da população que tem 60 anos ou mais não estão sendo cumpridos?

No desenvolvimento do Projeto de Intervenção foi proporcionando aos alunos leituras diversificada; acompanhamento de casos vinculados na mídia que envolve diretamente o idoso e a partir das leituras e observações ocorreram debate sobre que foi visto e lido. Levando o educando a ter atitudes diferenciadas em relação à vida e proporcionar maior interação desde com a população idosa, onde os conflitos de geração seja a mínima dessa relação, o comprometimento e troca seja a máxima da convivência entre os grupos de faixa etária diferente.

Portanto este trabalho de intervenção ao ser desenvolvido junto aos alunos das séries envolvidas na prática do projeto teve como objetivos oportunizar a compreensão real das conseqüências do aumento da expectativa de vida da

população brasileira não só ao idoso, mas também aos de diferentes faixas etária que está ao seu redor. E também provocar atitudes de respeito, luta e propagação de ações que promovam uma melhoria na qualidade de vida do idoso que convive próximo ao educando, levando a reconhecer que este familiar ou amigo, terá uma vida mais longa e saudável se tomar alguns cuidados e receber orientações adequadas.

## 2 REVISÃO DE LITERATURA

Nesse capítulo serão apresentados os conceitos básicos do que vem a ser a velhice e de como o indivíduo pode se preparar para essa face da vida, com qualidade e bem estar no cotidiano.

### 2.1 O MUNDO GRISALHO EM NOSSA SOCIEDADE VIVENDO EM PLENA QUALIDADE DE VIDA

O envelhecimento é um processo integrante e fundamental no curso de vida de qualquer indivíduo. Todos os seres vivos são sujeitos a um determinismo biológico que leva ao envelhecimento, envolvendo processos que determinam um movimento decrescente nas chances de sobrevivência, juntamente com alterações físicas, comportamentais e sociais.

Evidentemente envelhecer significa passar por perdas decorrentes, principalmente, de mudanças na aparência física. Cabelos embranquecidos, diminuição da acuidade visual e auditiva, a formação de gorduras localizadas, especialmente nas mulheres, são alguns sinais facilmente percebidos e estão associados à idéia de desgaste e enfraquecimento. Essas mudanças, próprias da velhice, não são consideradas doenças pelos geriatras e gerontólogos, porém interferem na auto estima do idoso podendo gerar problemas como depressão (TEIXEIRA, 2000).

O que Teixeira (2000) descreve sobre o processo do envelhecimento, Salomão o mais extravagante de todos os personagens da Bíblia, o livro sagrado dos cristãos, que viveu mil anos antes de Cristo e foi rei de Israel, apresenta uma alegoria em um dos capítulos do livro de Eclesiastes um quadro vivido do processo de envelhecimento do corpo físico, processo este que culmina na morte. Ele sugere em seu escrito que o homem em plena áurea da juventude deve viver de modo que lhe apraze, mas não descuidar do preparo para velhice. E o que se busca nos dias atuais por meio da tecnologia no campo da ciência dá uma qualidade de vida aos que alcançam a chamada Terceira Idade (ALMEIDA, 1995).

Durante o século XX, o número de idosos em todo mundo aumentou consideravelmente, provocando um aumento do interesse de estudiosos sobre o assunto. A longevidade da população está ocorrendo tanto nos países ricos como nos países pobres. Desde da década de 1950 a esperança de vida ao nascer em todo o mundo aumentou 19 anos. Hoje, uma em cada dez pessoas tem 60 anos de idade ou mais. O número de centenários aumentará 15 vezes até 2050 (MIRANDA, 2009).

A ciência e a medicina muito têm contribuído para o avanço destas estatísticas. Desde o final da década de 40 e início dos anos 50, fatores como a prosperidade econômica, a urbanização, melhores condições de higiene, melhoria da alimentação, prática de atividades físicas têm contribuído positivamente para o processo de envelhecimento, assim como a queda da taxa de fecundidade.

Nos países menos desenvolvidos como o Brasil, o aumento da expectativa de vida tem sido evidenciada pelos avanços tecnológicos relacionados a área de saúde nos últimos 60 anos, como as vacinas, uso de antibióticos, quimioterápicos que tornaram possível a prevenção ou cura de muitas doenças. Aliado a estes fatores a queda de fecundidade, iniciada na década de 60, permitiu a ocorrência de uma grande explosão demográfica ( MENDES et. al., 2005).

Ainda conforme Mendes et. al.(2005), “a qualidade de vida e o envelhecimento saudável requerem uma compreensão mais abrangente e adequada de um conjunto de fatores que compõem o dia a dia do idoso”.

Com uma expectativa de vida atual que supera os 70 anos, devidamente medicados e orientados para a busca da saúde e do bem-estar, nunca tivemos idosos com vida tão ativa. É essencial o desenvolvimento contínuo de pesquisas e técnicas de tratamento direcionado à população idosa para mantermos estes índices.

A jornalista Stieben (1998) em uma matéria na revista Vida e Saúde, define muito bem ao dizer que o envelhecimento constitui uma arte, em que o importante é viver com otimismo, amor e esperança. Pois neste período é que se pode realizar aquilo que sempre quis e nunca se atreveu a fazer. E não se deve se preocupar com dados estatísticos e científicos, mas cada qual buscar dentro de seu contexto e características pessoais desenvolver atividades físicas e mentais que possibilite uma velhice prazerosa. Realizando o que deseja sem haver imposições de que ordem for.

Mesmo com o crescente envelhecimento populacional e com o progresso dos estudos acerca do envelhecimento, ainda há preconceitos em relação à velhice. Acredita-se, por exemplo, que todos os idosos são ranzinzas, pessimistas, poliqueixosos e pouco comunicativos ( GONDIM; COMARU, 2005).

A ciência médica em meio as suas múltiplas facetas tem entre inúmeros objetivos um que vem sendo discutindo entre os diferentes profissionais da saúde e outros coadjuvantes da área médica, que é o desenvolvimento de uma ciência antienvelhecimento. Está ciência tem como pretensão atacar de uma vez todas as formas de deterioração do corpo para fazer que o relógio biológico retarde sua função natural. Barrando as doenças comuns com o avanço da idade e proporcionando a expectativa longa e de qualidade. A cada dia se vê cientistas oferecendo tratamentos descobertos que promete fonte de juventude, se não eterna mais que oferece oportunidades de vida

longa e feliz, por meio de injeção antivelhice como método do uso de células-tronco. (MANÁ,2011)

## 2.2 O BRASIL E O ENVELHECIMENTO DE SUA POPULAÇÃO

No planeta dito cada vez mais grisalho, o Brasil, tem apresentado um dos mais agudos processos de envelhecimento populacional entre os países mais populosos. Segundo dados do IBGE, na década de 1970, cerca de 4,95% da população brasileira era de idosos, percentual que pulou para 8,47% na década de 1990, havendo a expectativa de alcançar 9,2% em 2010. (GIATTI; BARRETO, 2003)

Diante desta expectativa, a família precisa ser reeducada sobre a importância da pessoa idosa, como valor histórico a ser preservado e valorizado. Cabe ainda aos membros da família um papel fundamental na determinação das características e comportamento do idoso, uma vez que, para cada família o envelhecimento assume diferentes valores que, dentro de suas peculiaridades, pode apresentar tanto aspectos de satisfação e segurança emocional como de pesadelo e sofrimento.

A família sendo a primeira comunidade que estará enfrentando diretamente os desafios e as conseqüências da longevidade. Portanto, são os primeiros apresentarem como responsáveis na garantia das condições básicas primárias do idoso. Essas condições vão desde o cuidado com a alimentação, medicamentos a acessibilidade do idoso na sua residência.

O aumento da longevidade do brasileiro associado aos diversos fatores que condicionam o idoso à dependência como doenças crônicas, dificuldade de deslocamento e incapacidade funcional tem imposto sérias dificuldades para grande parte das famílias que sobrevivem em situações socioeconômicas precárias. Tal situação induz a família a negar um suporte afetivo aos seus membros idosos, expondo-o ao risco de sofrer negligência, omissão de cuidados, abandono, abuso financeiros e maus-tratos físicos.

Conforme salienta Teixeira (2000), “o que o idoso necessita é sentir-se valorizado, viver com dignidade, tranquilidade e receber a atenção e o carinho da família”.

A Constituição Federal de 1988 designa a família como base da sociedade e coloca como dever da família, da sociedade e do Estado “amparar as pessoas idosas assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem estar e garantindo-lhes o direito à vida”.

Porém, sabemos que o núcleo familiar por si só não dispõe do básico para promover a integração social e o desenvolvimento de seus membros. Assim, foi instituído no Brasil pela Lei nº 10.741, de 01/10/2003 o **Estatuto do Idoso**, com objetivo de regular os direitos assegurados às pessoas com a idade igual ou superior a 60 anos. O Estatuto do idoso teve sua origem no Projeto de lei nº 3.561 de 1997, de autoria do então deputado federal Paulo Paim. Partiu da organização e mobilização dos aposentados, pensionistas e idosos vinculados à Confederação Brasileira dos Aposentados e Pensionistas (COBAP).

O Estatuto do Idoso vem implementar a participação de parcela significativa do povo brasileiro (os idosos), por intermédio de entidades representativas, os conselhos, que, por sua vez, seguindo a Lei nº 8842, de 4 de janeiro de 1994, têm por objetivo deliberar sobre políticas públicas, controlar ações de atendimento, além de zelar pelo cumprimento dos direitos do idoso, de acordo com o novo Estatuto (art.7º) (BRASIL, 2007).

Conforme assegura Souza (2010):

O Estatuto do Idoso é a concretização de um sonho para milhões de idosos que vivem na miséria e no abandono sem ter acesso aos direitos mínimo presentes na nossa Constituição. O Estatuto pretende humanizar e aproximar cada vez mais o idoso da sua família e da sociedade.

A velhice deve ser considerada como a idade da vivência e da experiência, que jamais devem ser desperdiçadas. O futuro será formado por uma legião de indivíduos mais velhos e se não estivermos conscientes das transformações e preparados para enfrentar esta nova realidade, estaremos fadados a viver em uma civilização solitária e totalmente deficiente de direitos e garantias na terceira idade (SOUZA, 2010).

Buscar meios de garantir uma vida mais digna tanto aos que são velhos hoje quanto aos que, por sorte, se tornarão, deve ser esforço contínuo e constante da sociedade e dos indivíduos. Constituindo dever da família e do próprio Estado, com suas políticas públicas nos diferentes setores que visa o bem estar da população de modo geral. Promovendo a integridade do cidadão a acessibilidade física e sócio-cultural e desmitificando os mitos sobre a vida na velhice, como podemos exemplificar com relação à contra indicação da pratica de exercícios físicos em uma determinada idade, isto não é verdade.



E a escola como instituição não deve fechar os olhos para a realidade da população idosa do nosso país. Em toda sociedade e no Brasil não é diferente, a educação constitui elemento fundamental de socialização e de manutenção do convívio das pessoas. O espaço escolar, ainda se permite trazer sempre à tona a necessidade de reflexão sobre as questões vitais em todas as situações do dia-a-dia dentro de seu contexto. (IWAYA,2006).

## 2.3 ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE NA MELHOR IDADE

Para Geis (2003) o idoso freqüentar uma academia traz benefícios além do condicionamento físico, mas permite que o mesmo combata a solidão. Pois a inatividade profissional promove o isolamento do indivíduo, trazendo mudanças drásticas com a aposentadoria. A atividade física realizada em grupo possibilita a criação de vínculo com um meio fora da esfera família. Traz também a convivência com pessoas com as mesmas características e semelhanças em experiência vivenciadas que facilita a integrar-se em um novo grupo social. Tendo assim condição de permanecer relacionando com pessoas e estabelecimento de laços efetivos que fazem bem à saúde mental de todo ser humano.

A recomendação para atividade física para o idoso se assemelha o que se recomenda para as demais faixas etárias, no entanto, é preciso estar atento às algumas situações, como a vestimenta e calçados do mesmo na prática de exercícios físicos. Tudo vai depender do local que ocorrer a atividade, em lugares fechados pode sugerir fazer com pés descalços e só com o uso da meia; já em lugares abertos e acidentados requer calçado com maior aderência ao solo.

Em um artigo da revista Saúde, Moço (2008) traz dados importantes de estudos realizados na Universidade de Pittsburgh, nos Estados Unidos que a intensificação do ritmo da caminhada está levando os idosos ao aumento de sua longevidade e à diminuição de risco de quedas. Pois o caminhar mais rápido do que de costume fortalece a musculatura da região pélvica e dos membros inferiores.

Como na atividade física a alimentação na terceira idade, como em todas as outras, é importante fazer uma dieta equilibrada para manter-se saudável (GEIS, 2003).

Sugere-se a ingestão de alimentos, que conduz um melhor funcionamento do organismo, como o leite e lácteos, por conter as vitaminas A, D e B2; carnes, peixes e ovos, e, féculas e cereais. A quantidade será de acordo a necessidade de reposição de energia de cada pessoa.

Outro fator importante no quesito da alimentação estar atendo a variação da mesma e a dieta mais recomendável ao idoso a que contem pelo menos 30% de proteínas, sais minerais, gorduras (de preferência vegetal), vitaminas, carboidratos e muita água. Tendo cuidado de não misturar três alimentos na mesma refeição, procurando comer muitos alimentos crus e evitar sobremesas e trocar o açúcar branco por mel e, pães brancos por integrais, torradas e mantendo sempre os mesmos horários para as refeições. Fazendo as mesmas em lugares atrativos e mesmos estando só para que o momento seja agradável.(BETTI,2005)

Além das preocupações com atividade física, alimentação na terceira idade tem uma preocupação que muitos não tomam ciência até que ocorra um acidente de queda do idoso na casa. A estrutura da edificação da casa do individuo deve ter algumas observações, como a localidade das tomadas de energia, o tipo de piso existente no lar e até as cores e as mobílias do interior deve seguir algumas exigências que possibilite harmonia e leveza ao idoso.

Em um artigo Baio (2008), lista algumas sugestões para cada cômodo da casa de uma pessoa idosa. Verificando a altura dos interruptores, paredes claras e lâmpadas fortes; maçanetas das portas de design simples, protronas baixas com densidade apropriada da almofadas; barras de apoio em banheiros; pisos antiderrapantes, abolir o uso de tapetes soltos entre outras observações. A casa segura é uma prevenção para queda que é a sexta causa de óbito entre idosos no Brasil.

Estudos sobre a sexualidade do idoso não tem muita relevância para medicina, como outros aspectos referente a vida e saúde do idoso. Mas a mesma não pode ser renegada, pois independente da idade os mesmos tem o direito de compartilhar seu amor e relacionar com a pessoa amada. O desejo sexual pode até não se apresenta com a mesma intensidade como na juventude, mas somente desaparecera com a morte do individuo. (LÓPEZ,2004).

Todos os idosos que pretende viver com qualidade devem pensar desde muito cedo como será sua vida após aposentadoria. Planejar e organizar para que não entre em depressão, buscando preencher o tempo com atividades físicas e culturais. Portanto, os centros de convivências espalhados pelos municípios brasileiros e as academias da terceira idade demonstram mudanças na sociedade referente à presença da população idosa.

### 3 METODOLOGIA

A seguir nesse capítulo iremos abordar os passos realizados no desenvolvimento do projeto de intervenção, cujo tema é: O Mundo Grisalho em Nossa Sociedade Vivendo em Plena Qualidade de Vida. Com avanços e transformações sofridas pela sociedade nos diferentes âmbitos, uma delas estão patente aos nossos olhos que é a longevidade crescente.

No estudo da disciplina de Geografia onde se propõe aos alunos a análise da relação entre a sociedade e um conjunto de formas materiais e culturais. Assim, os conteúdos estruturantes da disciplina: dimensão econômica do espaço geográfico, dimensão política do espaço geográfico, dimensão cultural e demográfica do espaço geográfico e dimensão socioambiental do espaço geográfico são contemplados no tema do projeto. Sendo este possível de ser trabalhado não só nas turmas aqui proposta, mas nas demais séries tanto do ensino fundamental das séries finais como no ensino médio (DCE, 2008).

Para fins desse projeto foram escolhidas duas séries: 6ª série do Ensino Fundamental e 2º ano do Ensino Médio, por terem os conteúdos básicos e específicos bem mais próximos e tratam da realidade mais próxima do Brasil. Sendo mais fácil de contextualizar com a realidade local paranaense e do município de Cidade Gaúcha.

O trabalho continuará sendo executando neste ano letivo de 2011, sendo o mesmo conduzindo de modo diferenciado, mas não deixando de usar material e metodologia que deram certo no ano anterior. Uns dos temas que a própria escola tem proposto é o trabalho sobre o tema respeito com a terceira idade, visto que faz parte e do currículo da disciplina de Ensino Religioso, que são aulas ministradas na 5ª e 6ª séries.

#### 3.1 SUJEITOS

O Projeto de Intervenção foi desenvolvido com as turmas de 6ª série do Ensino Fundamental do período vespertino com aproximadamente 90 alunos na faixa etária de 11 a 13 anos e no 2º ano do Ensino Médio do mesmo período, com alunos entre 15 e 17 anos.

Cerca de 60% dos alunos da 6ª série do Ensino Fundamental, convive diariamente com familiares que pertence ao grupo da Terceira Idade. E alguns deles

ficam em casa com a incumbência de realizar atividades que auxiliam esses idosos. Esta série e também o 2º ano do Ensino Médio tem em comum na Geografia um conteúdo básico – A evolução demográfica da população, sua distribuição espacial e os indicadores estatísticos – o qual oportunizou o trabalho com os conteúdos estruturantes: dimensão econômica do espaço geográfico, na dimensão política do espaço geográfico e principalmente na dimensão cultural e demográfica do espaço geográfico.

Como o ensino é algo contínuo e dissemina o conhecimento direta e indiretamente, o fruto desse trabalho de intervenção alcançou e alcançara muitos mais alunos do que foi estimado.

### 3.2 LOCAL DA INTERVENÇÃO

O Projeto de Intervenção se deu no Colégio Estadual Marechal Costa e Silva – Ensino Fundamental e Médio. Colégio que possui no momento 1347 alunos matriculados, com funcionamento em três períodos.

Sua fundação se deu pelo decreto 8.270 em 30/12/67 com o nome Escola Normal Colegial Estadual de Cidade Gaúcha. E no ano de 1968 iniciou suas atividades docentes com duas turmas de 1º séries, tendo 53 alunos no total e 09 professores. O Colégio está edificado num terreno quadrado, cujos lados medem 100m com uma área de 10.000 m², com frente para a Rua Vasconcelos Jardim. Possui uma área construída de 3.076 m².

O corpo funcional do Colégio Estadual Marechal Costa e Silva – Ensino Fundamental e Médio consta hoje com 62 docentes em Regência e 32 servidores em funções de apoio/técnico pedagógico, sendo estes servidores: diretor e diretor auxiliar; secretário da escola, 8 membros da equipe pedagógica, 8 do apoio/técnico administrativo e 13 funcionários auxiliares dos serviços gerais.

O Colégio participa integralmente da vida social do município e busca desenvolver seu trabalho dentro dos parâmetros da Lei da Educação em parceria com a comunidade local. Entre os projetos em destaque na instituição estão a FECICO (Feira de Ciências e do Conhecimento do Colégio) realizada há 34 anos consecutivos, FELART (Festival Lítero Artístico) que se encontra em sua 11ª edição e participação de atletas do colégio nos Jogos Colegiais do Estado do Paraná, que neste ano a etapa regional ocorreu em Cidade Gaúcha. De acordo com Projeto Político Pedagógico e as Propostas Curriculares das disciplinas de História e Geografia, proponho trabalhar este Projeto de Intervenção como

uma metodologia e instrumento de enriquecimento de minha prática pedagógica. Articulando os conteúdos estruturantes de ambas as disciplinas, realizando a transdisciplinaridade, que se faz pertinente para proporcionar os estudantes condições de interpretar o contexto espacial e temporal que eles vivem.

### 3.3 DESCREVENDO AS ETAPAS

#### 1º Momento vida cidadã na Terceira Idade

*Parte A – Aula no Ensino Médio referentes aos dias 29 de março 09 e 28 de abril de 2010. Disciplina: Geografia - Turma: 2ª Ano Carlos Chagas – período: vespertino.*

Introdução da Unidade III do livro didático do aluno – Fronteiras Humanas: A População do Brasil e do Mundo. Trabalhando os seguintes conteúdos: Crescimento demográfico: população mundial e do Brasil e as características da população mundial e da população brasileira, com destaque para o envelhecimento da população brasileira; deu-se o início da prática projeto de intervenção O Mundo Grisalho em Nossa Sociedade Vivendo em Plena Qualidade de Vida. O desenvolvimento das atividades que serão relatadas ao longo do trabalho, iniciou com leitura e exposição oral dos conteúdos pela professora com auxílio do livro didático dos alunos e leituras complementares de textos de artigos da internet e periódicos disponíveis na biblioteca da escola, tabelas e gráficos que ampliaram o entendimento dos temas abordados na sala de aula. Resolução de questões de reflexão sobre os conteúdos estudados, como descrever como a ONU se posiciona em relação ao crescimento do número elevado de idosos nos países desenvolvidos; mencionar de forma o Brasil tem se apresentado frente o novo padrão demográfico que o país apresenta nas últimas décadas; realizar comparações das situações enfrentadas pelo envelhecimento da população por cada país sendo este pobre ou rico e fazer uma dissertação sobre o tema.

Apresentação de trabalho em equipe sobre o Estatuto do Idoso e condição dos idosos do município de Cidade Gaúcha.

*Parte B – Aula no Ensino Fundamental entre os dias 24 a 27 de abril de 2010. Disciplina: Geografia - Turmas: 6ª Castro Alves, 6ª Mario Quintana e 6ª Vinicius de Moraes – período: vespertino.*

Ao iniciar os conteúdos da segunda unidade do Livro Didático das turmas da 6ª série do Ensino Fundamental, permitiu-se trabalhar com o tema do Projeto de Intervenção. O conteúdo específico trata da população brasileira, e os conteúdos específicos versam sobre os elementos que compõe este contingente, suas características e necessidades básicas e como distribuem pelo o território brasileiro. A concluir os dois primeiros capítulos realizadas as atividades de organização do conhecimento, por meio de análise de tabelas, observação de gráficos e pesquisas em jornais, revistas e internet foi sugeridos a leitura do texto no SAIBA MAIS seção que há no livro ao fim de conteúdos básicos dos assuntos abordados, com o título O Estatuto do Idoso. Após leitura do texto foi proposto aos alunos atividades para ser realizadas em casa, responder as seguintes questões:

- 1- Quando o Estatuto do Idoso foi aprovado e o que ele define?
- 2- Quanto à saúde, o que o poder público deve garantir aos idosos?
- 3- Em sua família há idosos? Eles enfrentam alguma dificuldade? Em caso positivo, quais?
- 4- Em equipe, discutiram se o Estatuto do Idoso está sendo respeitado em nosso país. Depois, apresentarem as conclusões do grupo para os demais colegas.

Exposição das conclusões de cada grupo sobre a vigência do Estatuto do Idoso no Brasil.

*Parte C – Pesquisa dos alunos junto aos seus avós ou pessoas amigas com idades acima de sessenta anos que brincadeiras e brinquedos os mesmos brincavam ou tinham em suas mãos quando crianças - alunos da 6ª Castro Alves, 6ª Mario Quintana e 6ª Vinicius de Moraes (participantes do Projeto: Brincadeira e Brinquedos – Legado das Etnias Brasileiras e suas Influências na Cultura Paranaense*

Cada aluno participante do Projeto *Brincadeira e Brinquedos – Legado das Etnias Brasileiras e suas Influências na Cultura Paranaense*, onde a maioria era dos participantes eram alunos das sextas séries, onde receberam na primeira semana uma folha contendo quatro atividades, sendo uma delas a entrevista com alguém acima de sessenta anos para saber sobre brincadeiras e brinquedos da época em que os mesmos eram crianças.

## 2º Momento vida cidadã na Terceira Idade

*Parte A – Aula no Ensino Fundamental entre os dias 03 a 07 de maio de 2010.*

*Disciplina: Geografia - Turmas: 6ª Castro Alves, 6ª Mario Quintana e 6ª Vinicius de Moraes – período: vespertino.*

Em alusão ao dia do trabalho comemorando no sábado, 1ª de maio e em consonância com o conteúdo visto na sala de aula – A população e o trabalho no Brasil, os alunos realizaram pesquisa junto aos seus parentes ou amigos com mais de 60 anos sobre as profissões, se os mesmos fazem parte da População Economicamente Ativa ou da População Economicamente Inativa. E quais profissões eles viram desaparecer ao longo de sua vida e que outras surgiram.

E outra atividade aos alunos foi de procurarem informações sobre os profissionais que cuidam de idosos e apresentarem em sala os resultados da pesquisa.

*Parte B – Orientação aos alunos para apresentarem na sala de aula e no FELART –*

*Disciplina: Geografia - Turma: 2ª Ano Carlos Chagas – período: vespertino.*

Com a proposta de apresentarem no FELART algo relacionado ao município em virtude do aniversário de 50 anos foi proposto aos alunos ampliar a pesquisa que eles haviam realizado sobre a vida do idoso no município e apresentar na modalidade de audiovisual em forma de vídeo o trabalho sobre o Grupo Renascer 3ª Idade de Cidade Gaúcha. Com visita ao Centro de Convivência e entrevistas com as pessoas responsáveis.

Fazer o projeto para apresentação da Equipe organizadora do Felart, com os seguintes dados:

- Identificação do Colégio;
- Alunos da equipe;
- Turno que estudam;
- Orientador do trabalho;
- Modalidade;
- Tema;
- Título;
- Autor;
- Justificativa;
- Objetivo;



- Descrição;
- Metodologia;
- Referência.

### 3º Momento vida cidadã na Terceira Idade

Orientação da equipe de alunos da 6ª série do Ensino Fundamental, do período vespertino, para o trabalho na XXXIV FECICO (Feira de Ciências e do Conhecimento) durante os meses de setembro e outubro de 2010.

Composição da equipe de 15 alunos para montagem do projeto para Feira de Ciências para apresentação sobre a vida do idoso; sendo nove alunos da turma 6ª série Vinicius de Moraes, três da turma 6ª Mario Quintana, dois da 6ª Castro Alves e um aluno da 6ª Gonçalves Dias.

Pesquisa em livros, revistas, jornais e visita ao Centro de Convivência sobre a longevidade no país e suas conseqüências sociais e econômicas para o Estado e a família. Com apresentação de dados estatísticos nacionais e locais sobre a população idosa, os projetos sociais existentes e divulgando o Estatuto do Idoso.

Elaboração do projeto com os seguintes passos:

- Capa: Identificação da escola, título do trabalho, chefe da equipe, equipe: lista com nome, série, turma, telefone e orientador;
- Justificativa;
- Objetivo;
- Desenvolvimento;
- Metodologia;
- Recursos;
- Conclusões da equipe;
- Referências;
- Cronograma de apresentação da equipe.

Reuniões com a equipe com orientadora e sem a orientadora para ensaio das falas, para confecção dos cartazes e maquete. Montagem e desmontagem do stander para a apresentação do trabalho na FECICO.

#### 4. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS DA INTERVENÇÃO

O desenvolvimento do projeto de intervenção permitiu que o trabalho com o conteúdo sobre a demografia mundial e especificamente do Brasil fosse visto pelos alunos do Ensino Médio de modo dinâmico proporcionando a participação de todos e de forma criativa, debate e produção de texto e análise. Também havendo, por exemplo, apresentação no final do 1º bimestre feita por uma das equipes dos alunos do 2º ano Carlos Chagas de um audiovisual sobre o Estatuto do Idoso.

O que incentivou alguns membros desta equipe apresentar na 10ª edição do FELART que ocorreu entre o dia 26 a 28 de maio de 2010 apresentarem o Projeto com o tema: 3º Idade Cidade Gaúcha, com o título – A melhor idade em Cidade Gaúcha (Projeto em Anexo 1), na modalidade audiovisual. O trabalho foi bem visto pelos jurados, tendo a equipe nota 1,8 sendo que a nota máxima era 2,0. A apresentação do audiovisual foi na Casa da Cultura Olga Deucher Tormena, na tarde da quinta-feira do dia 27 de maio de 2010, em Cidade Gaúcha. (Figura 1). Fizeram menção no trabalho da centenária da cidade a dona Jovina de Jesus Sampaio, que nasceu no ano de 1908.



Figura 1 – Equipe de alunos do 2º Ano do Ensino Médio na apresentação do Audiovisual no FELART 2010.

Em sala de aula o que mais marcou os alunos foi saber na pesquisa que realizaram que há um número considerável de idosos que sofrem violências e que na maioria os agressores são os próprios membros das famílias. O trabalho com os alunos do Ensino Médio foi somente no primeiro semestre, pois eles são pelo sistema de bloco, portanto no segundo semestre já não eram os meus alunos e não tendo nenhuma possibilidade de continuar trabalhando o projeto de intervenção com a turma.

Junto os alunos da 6ª séries Castro Alves, Mario Quintana e Vinicius de Moraes, a receptividade do trabalho foi boa, tendo resultados satisfatórios e foi ao longo de todo o ano letivo. Os alunos realizaram pesquisas sobre os profissionais que trabalham com idosos, como cuidador de idoso e especialista no campo da medicina o geriatra. Quase todas as semanas ocorriam o momento de leitura sobre um texto sobre o tema da longevidade, isto foi muito bom, não só para incentivo da leitura como para eles desenvolverem argumentos para discutir sobre o tema em sala de aula. Tomara conhecimento sobre o Estatuto do Idoso e aprenderam que cada um é responsável pelo o idoso de sua família e vizinhança se estes estão sendo respeitado como reza a Lei. (Alguns dos resumos feitos das leituras dos alunos - Anexo 2).

Os alunos do Projeto Brincadeira e Brinquedos – Legado das Etnias Brasileiras e suas Influências na Cultura Paranaense compartilharam entre si de muitas brincadeiras e fizeram alguns brinquedos que as pessoas idosas relataram a elas na pesquisa dos brinquedos e brincadeiras que eles vivenciaram em suas infâncias. As mais comuns foram as cantigas de rodas, brincadeiras do passar anel, esconde-esconde, criação de bonecas de madeira e até mesmo com as palhas de milho.

Com o trabalho de projeto de intervenção nas turmas da sexta série do vespertino levou uma equipe escolher o tema O Mundo Grisalho com Qualidade de Vida como trabalho de Feira de Ciências. Elaboraram o projeto durante dois meses e nos dias 20 a 23 de outubro apresentaram o trabalho na XXXIV FECICO, concorreu com os dezoito trabalhos das quinta e sexta série de todo o colégio, ficando na oitava colocação com a média 1,6 sendo a nota máxima 2,0. Obtiveram um público visitante considerável bom. (Projeto – Anexo 3. Figuras 2, 3 e 4).



Figura 2 – Os alunos da sexta série na apresentação do seu trabalho na XXXIV FECICO - Cidade Gaúcha/2010.



Figura 3 – A dupla de alunos que apresentavam e comentavam o Estatuto do Idoso ao público visitante da XXXIV FECICO – Cidade Gaúcha/2010.





Figura 4 – Parte da equipe no último dia da XXXIV FECICO – Cidade Gaúcha/2010.

Em anexo também está a folha em que os alunos permitem o uso de imagem nos trabalhos desenvolvido no estabelecimento de ensino público do Paraná. ( Anexo 4).

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Durante o desenvolvimento do Projeto de Intervenção, procurei trabalhar com atividades simples e de acordo com os conteúdos da disciplina de Geografia pertinente a cada série. Respeitando os critérios das diretrizes curriculares da disciplina e o projeto político pedagógico do estabelecimento de ensino onde se deu a aplicação do projeto.

A participação efetiva da maioria dos alunos tanto do Ensino Fundamental e como do Ensino Médio, nas realizações das atividades propostas e no envolvimento no querer conhecer mais de perto as necessidades da população idosa permitiu o êxito e alcance do objetivo proposto quando da elaboração do Projeto de Intervenção com o tema atual, mais, no entanto, pouco discutindo nos bancos escolares nas turmas de pré-adolescentes, adolescentes e jovens.

Os conhecimentos aprendidos pelos alunos ultrapassaram os muros do colégio quando foram compartilhados com a população local, especialmente nos eventos escolares tão bem prestigiados pelos cidadãos gauchenses como são o FELART e a FECICO.

## REFERENCIAS

ALMEIDA, J.F. **Bíblia de Estudo Pentecostal**. Rio de Janeiro: CPAD, 1995.

BAIO, C. **Arquitetura para terceira idade**. Disponível em: <http://www.reformafacil.com.br/arquitetura-para-a-terceira-idade> . Acesso em 01/08/2010.

BETTI, F.C. Uma fase especial. Rev. Geração Saúde especial. 2005. Ano 02. n.05. p. 24,25.

BORGES, M. **Cuidador de idosos: profissão regulamentada?** Disponível em: <http://www.cuidardeidosos.com.br/cuidador-de-idosos-profissao-regulamentada>. Acesso em 01/06/2010.

BRASILIA. **Estatuto do idoso**. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, Brasília:2007 .

Diretrizes Curriculares da Educação Básica Geografia. SEED/PR, 2008.

GEIS, P. P. **Atividade física e saúde na terceira idade: teoria e prática/** Pilar Pont Geis; trad. Magda Schwartzaupt Chaves. – 5. Ed. – Porto Alegre: Artmed, 2003.

GIATTI, L. BARRETO, S. M. **Artigo Acadêmico Saúde, trabalho e envelhecimento no Brasil**. Disponível em: <http://www.scielo.org/pdf/csp/v19n3/15879.pdf> . Acesso em 01/06/2010

GONDIM, A. S.; COMARU, E. R. **Projeto Bem Viver**. Disponível em: <http://www.saudebrasilnet.com.br/saude/trabalhos/019s.pdf>. Acesso em 18/06/2010

IWAYA,M. **A instituição escolar**. Sociologia. Curitiba:SEED-PR,2006. p. 67-80.

LÓPEZ. G. **A Sexualidade e a Terceira Idade**. Sexualidade Humana. Copyright © 2004 Bibliomed, Inc. 2004. 2ª Ed. Cap. 3.

MANÁ,E.D.I. **A cura do envelhecimento**. Rev. Galileu. 2011; n.2351. p. 34-43.

MENDES, M. R. S. S. B. et. al. **A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração**. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ape/v18n4/a11v18n4.pdf> . Acesso em 01/06/2010.

MIRANDA, M. da L. **Que é a velhice: Expectativa de vida crescente nos impõe necessidade de refletir sobre a velhice e o ser velho no mundo contemporâneo**. Disponível em: [http://www.maisde50.com.br/editoria\\_conteudo2.asp?conteudo\\_id=6345](http://www.maisde50.com.br/editoria_conteudo2.asp?conteudo_id=6345). Acesso em 18/06/2010.

MOÇO, A. Acelere o passo para uma vida mais longa. Saúde! é vital. Editora Abril, fevereiro, 2008, p.27.

Projeto Araribá: **geografia**. Vários autores. Ed. Moderna; 1. Ed. Vol. 2 – São Paulo: Moderna, 2006.

STIEBEN, M. **Envelhecendo com arte**. Vida e Saúde. Ano 60, nº 5, Casa Publicadora Brasileira, maio de 1998, p.10-13.

SOUZA, S.R. de. **O Idoso na Família e na Sociedade** . Disponível em: [http://www.montesiao.pro.br/estudos/familia/3idade/idoso\\_familia\\_sociedade.html](http://www.montesiao.pro.br/estudos/familia/3idade/idoso_familia_sociedade.html) . Acesso em 01/08/2010.

TEIXEIRA, F. **O idoso e a família: os dois lados da mesma moeda**. Revista Partes: a sua revista virtual. Ano I. Nº8. Nov.2000. Disponível em: [http://www.partes.com.br/terceira\\_idade08.html](http://www.partes.com.br/terceira_idade08.html). Acesso em 02/07/2010.



## ANEXOS

## Anexo 1

O projeto dos alunos do Ensino Médio para o trabalho apresentado no X FELART/2010.



COLÉGIO ESTADUAL MARECHAL COSTA E SILVA - E.F.M.  
Cidade Gaúcha - Paraná

# FELART - FESTIVAL LÍTERO ARTÍSTICO

## FICHA DE INSCRIÇÃO

Modalidades: ☐ Teatro ☐ Dança  
☐ Música ☐ Poesia  
☒ Audiovisual/Artes gráficas ☐ Artes Visuais  
☐ Dublagem

Projeto: A mulher ideal em Cidade Gaúcha Duração: 18  
Orientador: Minion dos Santos Sordani  
Líder da Equipe: Carina S. Louisa Fone: 99385536  
Série e Turma: 2º Carlos Pegas ( ) MAT (x) VESP ( ) NOT

	Nome do Aluno	Telefone	Assinatura	Notas
1.	Carina S. Louisa	99385536	Carina S. Louisa	
2.	Adrian Gabriel Napoleão Nair	98060393	Adrian Gabriel	
3.	Terriany Clemente	98062427	Terriany Clemente	
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				

Cidade Gaúcha, 30 de Out de 2010.

Carina S. Louisa  
Líder da Equipe

\_\_\_\_\_  
Comissão Organizadora

PRAZO PARA ENTREGA DA FICHA: 30/04/2010 até às 22:30 horas.

OBS: Junto com esta ficha de inscrição a equipe deverá entregar uma cópia do trabalho digitado, contendo:

- Título;
- Autor;
- Breve descrição do trabalho;
- Conteúdo;
- Referência Bibliográfica.

O ato de inscrição implica na aceitação integral do cumprimento do regulamento deste Festival.

ml  
30/04/10

Carina S. Louisa  
Carina S. Louisa

Colégio Estadual Marechal Costa e Silva  
Ensino Médio e Fundamental

# Felart

## 2010

Aluna: Carina S. Ferreira

Aluno: Douglas

Aluno: Dylan Ariel M. Maier

Aluna: Lorrainy Clemente

Turno: Vespertino

Orientadora: Miriam dos Santos Teodoro

Modalidade: Áudio Visual

Colégio Estadual Marechal Costa e Silva  
Ensino Médio e Fundamental

Felart 2010

Projeto

Aluna: *Carina*

Aluno: *Douglas*

Aluno: *Dylan Ariel*

Aluna: *Lorrany Clemente*

Turno: *Vespertino*

Orientadora: Miriam dos Santos Teodoro

Modalidade: *Áudio Visual*

Tema: 3º Idade Cidade Gaúcha

Títulos: A melhor idade em Cidade Gaúcha

Autor – Compositor: Carina, Dylan, Lorrainy

Justificativa: Porque achamos interessante

Objetivo: Pretendemos mostrar com esse trabalho que as pessoas de melhor idade precisam de amor carinho e atenção. Iremos mostra como o Grupo Renascer 3º Idade de Cidade Gaúcha, é hoje o maior e mais bem estruturado da região. A estatística mostra que os Idosos, “Frequêntadores dos Centros de Convivência” têm aumentado sua auto-estima, manifestado mais saúde e com isso, vivendo mais.

Descrição: Iremos apresentar em Forma de vídeo

Referência: direção do Grupo Renascer 3º Idade

**APMI – ASSOCIAÇÃO PROTEÇÃO MATERNIDADE E INFÂNCIA**  
**GRUPO RENASCER – 3º IDADE DE CIDADE GAUCHA – PR**

**RAZÃO SOCIAL**

APMI – Associação de Proteção a Maternidade e a Infância

Rua Milton Heinz, nº 1410, CNPJ – 78191756-0001-52, Fone-Fax (44) 36751231 – Ramal 8

Grupo Renascer Cidade Gaucha – Pr.

**ORGANOGRAMA**

Compõe-se de 2 cargos públicos municipais: Presidente da APMI e

Coordenadora.

- Idosos: => Presidente, Diretoria e Conselho Fiscal.

**CORPORAÇÃO**

A partir de 1986 fizeram-se os primeiros movimentos para formação do grupo.

Hoje, com 457 registro de ativos participantes => confraternizam-se com outros 4 mil Idosos em 20 cidades da região.

**DADOS ESTATÍSTICOS**

A estatística mostra que os Idosos, “Frequêntadores dos Centros de Convivência” têm aumentado sua auto-estima, manifestado mais saúde e com isso, vivendo mais. A média mundial devida é de 67 anos. A do grupo é superior a 75 anos. Outro informe mostra que os idosos reduzem 50% dos custos com remédios, alguns, aboliram de vez, depois que ingressaram nos Centros de Convivência.

**ATIVIDADES**

Incentivados pela Prefeitura Municipal e Colaboradores Voluntários, administra-se semanalmente, oficina de psicologia, alfabetização, bordado em fita, pintura em tecidos, ginástica, viagens, lanches, jantares, palestras, reuniões, jogos, gincanas, “Grupo Musicais” e muita dança de salão. As “festividades” são preparadas por equipe de idosos: na cozinha, decoração atendimento ao público, montagens de barracas, caixas, bar, portaria, apresentação, apresentações teatrais, dança de quadrilha, etc...

**ESTRUTURA, IMPORTANCIA e ABRAGENCIA**

Além dessas atividades, o Grupo Renascer 3º Idade de Cidade Gaucha, é o hoje o maior e mais bem estruturado da região, conforme observação do PE. Milton Berça, da Radio Globo, gerenciador e palestrante de cursos de motivação e auto-estima para 3º Idade.

Dissera ser conhecedor da maioria dos Grupos de Idosos, do Brasil e America do Sul. Comentou ainda qñe, o modelo administrativo daqui, é artigo de tese para universidade e referencia para implantação em todos os Centros de Convivência do país. Parabenizou a equipe e disse ainda que, doravante será instrumento d divulgação do Grupo Renascer, por onde palestrar.

#### MOTIVAÇÃO

O governo federal implantou o Estatuto do Idoso, LEI Nº 10.741 de 01 de outubro de 2003, ativando os direitos de cidadania, há muito, esquecidos e ignorados. Com isso, a credibilidade agora é fator de motivação para se exporem e se manifestarem com dignidade, sem constrangimento e desigualdades. O Grupo Renascer 3º Idade de Cidade Gaucha, destaca-se por sua militância e alegria por onde passa.

#### CRESCIMENTO

Politicamente criou força, respeito e credibilidade. Cadastra-se Idoso semanalmente. O grupo tende a crescer muito e isso nos preocupa em função do espaço pequeno.

#### FINANÇAS

Mantém financeiramente de: Repasse Federal (R\$ 607,50 mensais), através do MDS – (ministério do Desenv. Social e Combate a Fome), mais, eventos promovidos pelo grupo, Doações e patrocínios da comunidade local.

#### REIVINDICAÇÕES

O Grupo Renascer 3º Idade de Cidade Gaucha – PR, reivindica ampliação do centro de Convivência, Instrumentos Musicais e Ônibus para excursões.

#### AÇÃO PROVIDENCIAL, RESGATE e CONSIDERAÇÕES

01 de outubro – Dia Internacional do Idoso.

É notório e sabido que os idosos não têm mais tempo. Os informes são claros e nos orientam a decisões rápidas, portanto, o pedido é a ação providencial que precisamos para promover passeios e atividades no centro de conveniências. Com isso, resgataremos os excluídos, incorporando-os à vida social, com o estímulo de viver na alegria e na saúde.

Não podemos nos omitir. É hora de homenageá-los.

“INVESTIR NO IDOSO, É INVESTIR NO FUTURO”.

#### REPERCURSÃO POLITICA

A entidade é forte e tem, em seu escudo, milhares de outros eleitores.

Sairão na frente aqueles que politicamente lutarem pelos anseios da classe.

Marquem seus nomes nessa placa! “Não custa nada e é para sempre”.

Metodologia: Iremos apresentar a história do Grupo Renascer 3ª IDADE de Cidade Gaúcha e um pouquinho da história da Dona Jovina em forma de vídeo.

### UMA SENHORINHA ESPECIAL

Dona Jovina de Jesus Sampaio nasceu no dia 6 de Setembro de 1908. Ela tem 101 anos de idade.

Veio da Bahia com sua família aos nove anos, teve 13 filhos sendo que só quatro estão vivos. Não tem idéias de quantos netos tem já que a família é bem grande.

Os bisnetos também são muitos, tem quatro tataranetos aqui em Cidade Gaúcha, e outros mais espalhados pelas regiões.

Dona Jovina sempre trabalhou na lavoura e frequentava o grupo da 3ª Idade. Dona Jovina conta que quando chegou em Cidade Gaúcha, aqui era um sertão. Ela conta que aqui parecia um zoológico devido à tamanha quantidade e variedade de bichos.

Se fizer as contas, Dona Jovina é mais vivida que Cidade Gaúcha. Ela completará 102 anos de idade esse ano.

O que mais chama atenção é que mesmo com uma família tão grande, só uma filha cuida de Dona Jovina.

Deveríamos agradecer por uma pessoa que deu toda sua vida para cuidar de nós e agora deveríamos retribuir esse amor, carinho e dedicação. Deveríamos pensar, antes de tratar essas pessoas como se fossem nada. Um dia se tivermos sorte chegaremos à melhor idade também, e vamos querer ser tratados com respeito. Dona Jovina conta que nunca sofreu preconceito.

Cidade Gaúcha deveria aplaudir de pé as pessoas de melhor idade de sua cidade.

- A senhora Jovina chegou em Cidade Gaúcha em 1917, com 8 anos de idade, vindo da Bahia.

- Ela tem 101 anos de idade e já tem 13 filhos, sendo que 4 estão vivos.

- Ela



Resumos feitos por alguns alunos de leituras realizadas na sala de aula, referente a vida do idoso.

## Resumos do Momento de Leitura de alguns alunos da 6ª série Castro Alves

**Aluno: Matheus Lucas**

**Texto: Vida Útil**

Eu ao ler o texto entendi que ele fala sobre a vida útil da pessoa que usa bengala, que necessita de caminhada e cuidado para não cair dentro de casa.

A aquela pessoa que devido a depressão precisa ter o cuidador com ela, se não pode sofrer depois dos 80 anos, com os joelhos vão dobrando e vão começando a sofrer de coluna e a doença pode leva a tombos porque a pessoa perde o equilíbrio.

No Brasil a longevidade vem aumentando e os idosos não tem a mesma facilidade dos jovens e tem bastante dificuldades para realizar atividades básicas como se vestir e caminhar. Aumentando os riscos da queda por ter bastante dificuldade para travessar as ruas, calçadas estreitas e cheios de obstáculos como pedras, arvores e outros objetos.

Não esqueça temos que ajudar os mais velhos e respeitar .

**Aluno: Igor José Santos**

**Texto: O idoso na Família**

Os velhinhos muitas vezes sozinhos, viúvos, ficam depressivos e esquecidos, tem dificuldades para comem, se sujam, precisando de ajuda.

Os idosos, precisam de compreensão e carinho. É o momento em que os familiares aprendem o desenvolvimento da paciência, de perceber um novo ritmo de vida. Tudo devagar e ser previsões do futuro. É o momento de vermos o correr da vida, onde não se pode interferir.

Os jovens, cujos pais cuidam de seus próprios pais, aprendem a conviver com essa realidade, mas, em sua maioria outros não presta atenção e falta convivência com pessoas idosa e desconhecem o que é velhice.

**Nome: Thales Nathan**

**Texto: não mencionou o título**

A velhice também é vista na bíblia como idade madura, que anciões são mencionados na história do povo de Deus. No tempo antigo as pessoas mais velhas era ouvidas pelos outros para realizar alguma coisa, como na vida de Moises ele ouviu a experiência de seu sogro.

**Nome: Rosenilda Lourenço Alves**

**Texto: A vida depois dos 100**

Os cientistas acreditavam que as pessoas que atingissem o limite da vida dos seres humanos, estimado em 120 anos, não poderiam ser consideradas exatamente felizes e sim o contrario.

Os centenários representam a faixa etária que cresce mais rapidamente segundos dados da ONU, a taxa de crescimento dessa fatia da população projetada para os próximos cinquenta anos será de 15 a 30% - índice de seis vezes maior do que dos indivíduos entre 60 e 79 anos.

São raros os estudiosos que tentão entender os estudos da longevidade.

Um dos poucos grupos que se dedicam a esse assunto encontra-se no Instituto de geriatria e gerontologia da PUC do Rio Grande do Sul. A quatro anos os especialistas fazem pesquisas no município gaúcho de Veranópolis, no interior do Estado.

### Anexo 3

O projeto dos alunos do Ensino Fundamental do trabalho O Mundo Grisalho com Qualidade de Vida apresentado na XXXIV FECICO/2010.

## Colégio Estadual Marechal Costa e Silva – Ensino Fundamental e Médio

## O Mundo Grisalho com Qualidade de Vida

Chefe de Equipe: Danieli Silva de Oliveira

Equipe:

Nome	Série	Turma	Telefone
Adriana Nicolau	6ª	Vinicius de Moraes	
Ana Paula Tavares dos Santos	6ª	Vinicius de Moraes	99124205
Claudemir L. De Souza	6ª	Vinicius de Moraes	98294295
Daniela de Farias Ferreira	6ª	Vinicius de Moraes	99795591
Danieli Silva de Oliveira	6ª	Vinicius de Moraes	99901066
Eduardo Moreira de Andrade	6ª	Vinicius de Moraes	99532707
Elizeu da Silva Neves	6ª	Mario Quintana	99126420
Guilherme T. Matsuda	6ª	Vinicius de Moraes	98014116
Kauany Maria Paz	6ª	Mario Quintana	99874186
Thiago Reginaldo	6ª	Mario Quintana	
Lucas Felipe Saito da Silva	6ª	Gonçalves Dias	
Maicon Roger	6º	Vinicius de Moraes	
Maria Jessica dos Santos	6ª	Vinicius de Moraes	
Rosenilda L. Alves	6ª	Castro Alves	45 99011742 (irmão)
Tatiane Ramos da Cruz	6ª	Castro Alves	99105590

Orientadora: Miriam dos Santos Teodoro

## Justificativa

Trazer ao conhecimento do público visitante da XXXIV FECICO, o aumento da expectativa de vida nos últimos tempos da população do planeta e a consequência advinda dessa longevidade.

## Objetivo

- Proporcionar as pessoas orientações simples que possibilite uma vida saudável e de qualidade ao idoso.
- Conscientizar da necessidade de cuidados e direitos assegurados a população da Terceira Idade.

## Desenvolvimento

A longevidade não é mais privilegio da população dos países ricos, tornou uma realidade da população de países em desenvolvimento como é o caso do Brasil.

### **Qual é a idade usada para definir quem são as pessoas idosas?**

A denominação **pessoa idosa** é usada, no Brasil e em outros países em desenvolvimento, para se referir às pessoas que têm **60 anos ou mais**. Nos países desenvolvidos o termo é usado a partir dos 65 anos.

### **Por que há essa diferença entre os países?**

O que explica essa diferença é a qualidade de vida existente em cada país. Essa idade, em anos, nem sempre corresponde à idade biológica, que é aquela que representa o ritmo do envelhecimento.

O brasileiro está vivendo mais. Em 1940, a expectativa de vida da população era de 45 anos, hoje este número aumentou para 71 e a previsão é que até 2050 a expectativa de vida seja de 85 anos.

Com 13 milhões de pessoas com idade superior a 65 anos e projeções apontando um aumento para 25 milhões, em duas décadas o Brasil alcançará a sexta posição entre os países com maior população idosa no mundo.

Mas, longe do estereótipo de “vovozinhos frágeis e doentes”, esta fatia da população brasileira chamada de Terceira Idade (ou Melhor Idade) quer, além de uma vida saudável, manter sua independência.

Aqui mostraremos que uma mudança superimportante é a da arquitetura das residências de que chegou aos 60 anos, tais como: tamanho da porta da casa, altura das tomadas, pisos que não escorregam; são pequenas mudanças que contribuem para melhorar a qualidade de vida. Pois atitudes de segurança levam o idoso a desenvolver atividades cotidianas e manter sua independência.

De acordo com o Sistema Único de Saúde – SUS, um terço dos atendimentos de lesões traumáticas nos hospitais da rede vem de pacientes com idade superior a 65 anos. Destas lesões, 75% acontecem dentro de casa, principalmente no trajeto quarto-banheiro, durante a noite (46%), a partir de situações que poderiam ser evitadas. A queda é a sexta causa de óbitos em pacientes idosos, sendo o quadril e o punho as áreas mais comprometidas.

A arquiteta Cybele Barros lançou em 1999, o conceito Casa Segura. O conceito Casa Segura nasceu neste mesmo - o Ano Internacional do Idoso, através de sua parceria com a Sociedade Brasileira de Ortopedia que a convidou a pensar em um tema que pudesse prevenir a queda de idosos dentro de casa.

Com medidas simples, o conceito Casa Segura mostra como é possível adaptar a residência (desde a disposição de móveis até o sistema de iluminação) para facilitar as atividades e garantir a segurança do morador. Veja o cartaz:

### ***Confira as dicas de mudanças para uma Casa Segura.***

#### ***Quarto***

- *Instale um interruptor ao lado da cama em um local de fácil acesso. Para encontrá-los com facilidade, dê preferência aos que brilham no escuro;*
- *Para prevenção, tenha uma lanterna ao lado da cama;*
- *Procure fechaduras com design simples (reto) para facilitar a abertura das portas. Maçanetas redondas podem prejudicar as articulações devido a força aplicada para a abertura;*
- *Poltronas ou cadeiras são bem-vindas, no momento de calçar os sapatos. Não utilize poltronas baixas e escolha uma densidade mais firme para a almofada.*

#### ***Sala***

- *Paredes claras e lâmpadas fortes contribuem para melhorar a visibilidade.*
- *O ideal é que sofás e poltronas tenham uma altura de 50 cm, profundidade de 70cm a 80cm e almofadas com densidade moderada;*
- *Evite fios elétricos e de telefone soltos ou mesmo cruzando o caminho.*
- *Deixe a área de maior circulação livre de móveis ou objetos.*
- *As tomadas da casa devem estar sempre na altura próxima aos cotovelos (1,10m a 1,30m)*
- *Não deixa tapetes soltos, principalmente em áreas de maior movimento. Prenda-os com fita antiderrapante ou troque-os por outros que já possuam esta segurança;*

#### ***Cozinhas***

- *Prefira mesas com cantos arredondados para evitar batidas.*
- *Utensílios bastante utilizados devem ficar em prateleiras que, para alcançá-los, não seja necessário levantar-se ou abaixar-se muito.*
- *O botijão de gás deve ficar fora da cozinha.*
- *Muita atenção para o piso. Se ele é escorregadio, procure resinas próprias para aumentar a rugosidade. No mercado, existem muitos tipos que podem, inclusive, ser aplicados pelo próprio morador.*

#### ***Banheiro***

- *O vilão da casa merece cuidados especiais, a começar pelo piso. Os antiderrapantes são os mais indicados. Para aumentar a segurança, coloque um tapete com ventosas na área do chuveiro e fitas antiderrapantes em pontos como a saída do box e área do vaso sanitário;*
- *As barras de apoio são essenciais. Elas devem estar em áreas próximas ao vaso sanitário e chuveiro em uma altura entre 1,10m e 1,30m;*
- *Uma cadeira de plástico ou banco auxilia o equilíbrio durante o banho;*
- *Assim como as maçanetas, evite torneiras em forma de esfera. As mais indicadas são as de alavanca ou estilo Belle Époque;*

#### ***Corredores e escadas***

- *O ideal é que a casa tenha o mínimo de escadas possível. Se tiver, não deixe tapetes no começo e final dela. Coloque fitas antiderrapante nos degraus e não deixe de instalar um corrimão. Interruptores no começo e fim da escada também são essenciais;*
- *O corredor, principalmente aquele que liga o banheiro ao quarto, deve estar livre de móveis e*

*objetos que atrapalhem o caminho. O mais importante é a iluminação. Uma alternativa eficaz para a segurança é instalar sensores. Assim, ninguém se arrisca a fazer o percurso no escuro.*

*Fonte: Arquiteta Cintia Baio*

O que proporciona melhor qualidade de vida ao idoso também é a atividade física, pois a mesma fará aumentar o seu equilíbrio pessoal, seu estado de animo e sua saúde, a estimular seus reflexos, proporcionando-lhe uma agilidade que poderia estar estagnada ou diminuída. A atividade física leva o idoso a estabelecer relação com outros idosos e com seus monitores, normalmente mais jovens, proporcionando uma outra série de benefícios muito significativos, como conhecer pessoas de sua idade, compartilhar objetivos, esforços, desilusões, alegrias e opiniões, estabelecendo causas comuns com pessoas afins em idade ou em forma de pensamento.

O círculo de amizade e relações do idoso também é ampliado, contribuindo para romper situações de solidão, para fazer novos amigos, interessantes e diferentes dos de sempre, e, conseqüentemente, para ampliar os temas de conversação e os assuntos nos quais pensar. Por outro lado, o contato com os monitores, em geral pessoas saudáveis e cheias de vitalidade, dedicadas ao esporte e à atividade física, supõe uma injeção de animo que ajuda a esquecer ou a amenizar problemas pessoais.

Mostrar em cartaz ou maquete ATI (Academia da Terceira Idade)



### ATI - ACADEMIA TERCEIRA IDADE

A ATI é formada por vários equipamentos de ginástica destinados a alongar, fortalecer e desenvolver a musculatura, além de trabalhar a capacidade aeróbica.

Esses equipamentos baseados em uma experiência chinesa está revolucionando a vida de muitos idosos em vários municípios do Brasil.

### RESULTADOS NA SAÚDE



As Academias da Terceira Idade têm trazido resultados significativos para saúde de seus praticantes.

Segundo estudos realizados por Postos de saúde nos bairros onde foram implantadas as academias, o número de consultas e consumo de remédios das pessoas acima dos 60 anos de idade, diminuíram em 30%.

A atividade física deve ser regular. De todas as faixas etárias, são os idosos que mais têm a ganhar com a atividade, inclusive potencial para a redução do risco de problemas cardíacos, câncer, pressão alta, depressão, fraturas e diabetes. O exercício melhora a condição física e a composição corporal, aumenta a longevidade e a capacidade de cuidar de si mesmo, e controla a artrite.



Depois dos 60 anos, a vida já não é a mesma. Homens e mulheres encontram-se numa nova fase de suas vidas, em que a experiência é um grande trunfo em suas mãos e há muito que ensinar e transmitir. Mas é também uma fase muito delicada quando se trata da saúde. O corpo já não trabalha da mesma forma e o ritmo de vida também não é o mesmo. As pessoas já não são tão ativas como antes, não necessitando de tantas calorias e o metabolismo está mais lento, dificultando a absorção de nutrientes. O organismo em geral fica mais frágil., facilitando a entrada de doenças comuns da Terceira Idade. Por isso, os hábitos alimentares devem ser diferenciados, fornecendo os nutrientes essenciais para o bom funcionamento das funções vitais e para o fortalecimento do organismo.

O que comer? Deve-se ter uma alimentação mais variada e saudável possível. Uma boa dieta para o idoso é aquela em que contém pelo menos 30% de proteínas, sais minerais, gorduras (de preferência vegetal), vitaminas, carboidratos e muita água. Bom consultar um nutricionista para fazer uma dieta certa.

As funções fisiológicas se tornam mais lentas. Também muda o processo de mastigação, de ingestão e de desintegração dos alimentos. Tudo isso dificulta a absorção e o organismo acaba tirando menor proveito dos benefícios dos alimentos. Por isso, os suplementos são importantes para oferecer sais minerais, vitaminas, carboidratos e gorduras ao organismo. São encontrados em farmácias e em lojas especiais. Combinando uma boa alimentação com suplementação bem dosada, os radicais livres, que são substâncias tóxicas, nocivas à saúde das células, são neutralizadas. Os suplementos normalmente indicados são: Cálcio, vitaminas A, C, D, E e do complexo B, selênio, lactobacillus, e ácido fólico. Importante: É o médico quem deve informar a dosagem correta dos suplementos, pois em excesso eles podem ser perigosos à saúde.

A alimentação diária do idoso deve ser distribuída em cinco ou seis refeições, da seguinte maneira: durante o dia, três refeições básicas devem ser feitas: desjejum, almoço e jantar, intercaladas com dois ou três pequenos lanches: colação (lanche leve pela manhã), lanche da tarde e ceia (lanche noturno leve). Esta distribuição estimula o funcionamento do intestino e evita que se coma fora de hora.

É importante estabelecer horários regulares para as refeições, com intervalos para tender às peculiaridades da fisiologia digestiva da pessoa idosa, considerando que sua digestão é mais lenta. O ajuste dos horários de refeição contribui para garantir o fornecimento de nutrientes e energia, maior conforto e apetite para a pessoa idosa. Outra coisa importante é estimular o entrosamento social nos horários das refeições, fazendo com que a pessoa idosa possa ter companhia nas refeições. Sentar confortavelmente à mesa em companhia de outras pessoas, sejam elas da família, amigos ou o próprio cuidador, proporciona mais prazer com a alimentação e favorece o apetite. A falta de companhia na alimentação acaba contribuindo para que a pessoa idosa tenha menos preocupação com o tipo de alimento consumido e a tendência, nessa situação, é alimentar-se de maneira inadequada tanto do ponto de vista da qualidade, como da quantidade. Na prática, nem todas as famílias conseguem manter o vínculo em todas as refeições do dia, por causa das atribuições de trabalho ou de outras atividades executadas. O mais importante é a família eleger a refeição do dia em que todos ou quase todos estarão presentes e sentados à mesa e, nos finais de semana, o convívio social à mesa pode ser maior. Se o cuidador mora com a pessoa idosa, ele poderá fazer-lhe companhia em uma ou outra refeição do dia.

Nas instituições de longa permanência para pessoas idosas é preciso estimular os moradores a freqüentarem o salão de refeições. Para isso, uma alternativa é tornar esse

salão de refeições atrativo e agradável. Por exemplo, a pintura da parede deve ser de uma cor que é diferente daquela usada nos quartos das pessoas idosas para combater a monotonia visual, proporcionando, ao mesmo tempo, um ambiente agradável e garantindo a luminosidade adequada para maior segurança durante o deslocamento das pessoas e no consumo da refeição.

Deixamos aqui algumas orientações básicas relacionadas a alimentação, tais como: desestimular o uso de sal e açúcar à mesa; orientar a pessoa idosa a comer devagar, mastigando bem os alimentos; cuidar bem da saúde bucal, favorecendo o prazer à mesa; estimular o consumo da água entre as refeições; estar atento à temperatura de consumo dos alimentos e saborear refeições saudáveis.

Para encerrar falaremos brevemente do Estatuto do Idoso que foi aprovado em setembro de 2003 e sancionado pelo presidente da República no mês seguinte, ampliando os direitos dos cidadãos com idade acima de 60 anos. Mais abrangente que a Política Nacional do Idoso, lei de 1994 que dava garantias à terceira idade, o estatuto institui penas severas para quem desrespeitar ou abandonar cidadãos da terceira idade. Veja os principais pontos do estatuto:

**Saúde** - O idoso tem atendimento preferencial no Sistema Único de Saúde (SUS).

A distribuição de remédios aos idosos, principalmente os de uso continuado (hipertensão, diabetes etc.), deve ser gratuita, assim como a de próteses e órteses.

Os planos de saúde não podem reajustar as mensalidades de acordo com o critério da idade.

O idoso internado ou em observação em qualquer unidade de saúde tem direito a acompanhante, pelo tempo determinado pelo profissional de saúde que o atende.

**Transportes Coletivos** - Os maiores de 65 anos têm direito ao transporte coletivo público gratuito. Antes do estatuto, apenas algumas cidades garantiam esse benefício aos idosos. A carteira de identidade é o comprovante exigido.

Nos veículos de transporte coletivo é obrigatória a reserva de 10% dos assentos para os idosos, com aviso legível.

Nos transportes coletivos interestaduais, o estatuto garante a reserva de duas vagas gratuitas em cada veículo para idosos com renda igual ou inferior a dois salários mínimos. Se o número de idosos exceder o previsto, eles devem ter 50% de desconto no valor da passagem, considerando-se sua renda.

**Violência e Abandono** - Nenhum idoso poderá ser objeto de negligência, discriminação, violência, crueldade ou opressão.

Quem discriminar o idoso, impedindo ou dificultando seu acesso a operações bancárias, aos meios de transporte ou a qualquer outro meio de exercer sua cidadania pode ser condenado e a pena varia de seis meses a um ano de reclusão, além de multa.

Famílias que abandonem o idoso em hospitais e casas de saúde, sem dar respaldo para suas necessidades básicas, podem ser condenadas a penas de seis meses a três anos de detenção e multa.

Para os casos de idosos submetidos a condições desumanas, privados da alimentação e

de cuidados indispensáveis, a pena para os responsáveis é de dois meses a um ano de prisão, além de multa. Se houver a morte do idoso, a punição será de 4 a 12 anos de reclusão.

Qualquer pessoa que se aproprie ou desvie bens, cartão magnético (de conta bancária ou de crédito), pensão ou qualquer rendimento do idoso é passível de condenação, com pena que varia de um a quatro anos de prisão, além de multa.

Entidades de Atendimento ao Idoso - O dirigente de instituição de atendimento ao idoso responde civil e criminalmente pelos atos praticados contra o idoso.

A fiscalização dessas instituições fica a cargo do Conselho Municipal do Idoso de cada cidade, da Vigilância Sanitária e do Ministério Público.

A punição em caso de mau atendimento aos idosos vai de advertência e multa até a interdição da unidade e a proibição do atendimento aos idosos.

Lazer, Cultura e Esporte - Todo idoso tem direito a 50% de desconto em atividades de cultura, esporte e lazer.

Trabalho - É proibida a discriminação por idade e a fixação de limite máximo de idade na contratação de empregados, sendo passível de punição quem o fizer.

O primeiro critério de desempate em concurso público é o da idade, com preferência para os concorrentes com idade mais avançada.

Habitação - É obrigatória a reserva de 3% das unidades residenciais para os idosos nos programas habitacionais públicos ou subsidiados por recursos públicos.

## **Metodologia**

O trabalho será demonstrando por meio da exposição oral dos alunos, com uso de cartazes e gráficos, trazendo elementos para ilustração do mesmo.

## **Recursos**

- Maquete de casa com arquitetura ideal ao idoso;
- alimentos (que faz parte da dieta ao idoso);
- Cartolina (cartaz).

## **Conclusões da equipe**

Ao elaborar e desenvolver o projeto para apresentação a comunidade verificamos que foi válido propormos trabalhar e trazer a FECICO este assunto que diz respeito a todos, direta ou indiretamente. Sabendo que devemos respeitar e valorizar a população da Terceira Idade.

## **Referências**

ALMEIDA, Adriana Couto Gabriel de. Na terceira idade Exercícios para prevenir as consequências de falta de força e equilíbrio muscular. Vida e Saúde, ano 70, nº 2. Casa Publicadora Brasileira, Tatuí – SP. Fevereiro de 2008, p.34, 35.

GEIS, Pilar Pont. Atividade Física e Saúde na Terceira Idade: teoria e pratica. Tradução Magda Schwartzaupt Chaves. – 5. Ed. – Porto Alegre: Artmed, 2003.

NIEMAN, David C. Nunca é tarde demais – As evidencias indicam que os exercícios físicos são bons, mesmo quando iniciados na velhice. Vida e Saúde. Casa Publicadora Brasileira, Tatuí – SP. Março de 1995, p.7, 8.

<http://www.casasegura.arq.br>, acesso em 10 de setembro de 2010.

<http://www.reformafacil.com.br/arquitetura-para-a-terceira-idade>, acesso de 10 de setembro de 2010.

<http://www.academiaterceiraidade.com.br/>, acesso em 03 de agosto de 2010.

[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao\\_saudavel\\_idosa\\_profissionais\\_saude.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/alimentacao_saudavel_idosa_profissionais_saude.pdf), acesso em 10 de setembro de 2010.

<http://odetholiveira.blogspot.com/2009/07/10-passos-para-alimentacao-saudavel-dos.html>, acesso em 10 de setembro de 2010.

### **Cronograma da equipe**

Quinta-feira		
Manhã	Tarde	Noite
Adriana Nicolau Ana Paula T. dos Santos Claudemir L. De Souza Danieli Silva de Oliveira Guilherme T. Matsuda	Daniela de Farias Ferreira Eduardo M. de Andrade Elizeu da Silva Neves Kauany Maria Paz Thiago Reginaldo	Lucas Felipe Saito da Silva Maicon Roger Maria Jessica dos Santos Rosenilda L. Alves Tatiane Ramos da Cruz
Sexta		
Daniela de Farias Ferreira Eduardo M. de Andrade Elizeu da Silva Neves Kauany Maria Paz Thiago Reginaldo	Lucas Felipe Saito da Silva Maicon Roger Maria Jessica dos Santos Rosenilda L. Alves Tatiane Ramos da Cruz	Adriana Nicolau Ana Paula T. dos Santos Claudemir L. De Souza Danieli Silva de Oliveira Guilherme T. Matsuda
Sábado		
Lucas Felipe Saito da Silva Maicon Roger Maria Jessica dos Santos Rosenilda L. Alves Tatiane Ramos da Cruz	Adriana Nicolau Ana Paula T. dos Santos Claudemir L. De Souza Danieli Silva de Oliveira Guilherme T. Matsuda	Daniela de Farias Ferreira Eduardo M. de Andrade Elizeu da Silva Neves Kauany Maria Paz Thiago Reginaldo

Obs: Poderá ocorrer alteração nesse cronograma, atendo alguma especificidade da equipe e alguns contratempos, tais como: doença e outros motivos justificáveis a comissão julgadora do evento ou a professora orientadora.

**Quarta-feira ( abertura) 20:00 h**

Todos os alunos

**Quinta-feira 08:30 às 11:30 h**

Adriana Nicolau

Ana Paula T. dos Santos

Danieli Silva de Oliveira

Guilherme T. Matsuda

**Quinta-feira 14:00 às 17:00 h**

Daniela de Farias Ferreira

Eduardo M. de Andrade

Elizeu da Silva Neves

Kauany Maria Paz

Thiago Reginaldo

**Quinta –feira 19:00 às 22:00 h**

Lucas Felipe Saito da Silva

Maicon Roger

Maria Jessica dos Santos

Rosenilda L. Alves

Tatiane Ramos da Cruz

**sexta-feira 08:30 às 11:30 h**

Daniela de Farias Ferreira

Eduardo M. de Andrade

Elizeu da Silva Neves

Kauany Maria Paz

Thiago Reginaldo

**sexta –feira 14:00 às 17:00 h**

Lucas Felipe Saito da Silva

Maicon Roger

Maria Jessica dos Santos

Rosenilda L. Alves

Tatiane Ramos da Cruz

**sexta –feira 19:00 às 22:00 h**

Adriana Nicolau

Ana Paula T. dos Santos

Danieli Silva de Oliveira

Guilherme T. Matsuda

**Sábado 14:00 às 17:00**

1 HORA DE CADA GRUPO

1º GRUPO DA DANIELA FARIAS

2º GRUPO DO LUCAS FELIPE

3º GRUPO DA ADRIANA

**Sábado 17:00 às 19:00 h**

**Encerramento**

Todos os alunos

## Anexo 4

Folha da permissão de imagem – elaborada pela Secretaria de Educação do Estado do Paraná – para trabalhos executados nos estabelecimentos públicos estaduais.

## AUTORIZAÇÃO DE CESSÃO DE IMAGEM

Autorizo por meio deste instrumento particular a **Secretaria de Estado da Educação do Paraná / Colégio Estadual Marechal Costa e Silva – EFM**, a veicular, utilizar e reutilizar na íntegra ou em partes, dispor para fins exclusivamente educativos e culturais, sem que isto implique em quaisquer ônus para a mesma, a utilizar a qualquer tempo, a imagem física de

\_\_\_\_\_

A serem veiculados no Portal Educativo Dia-a-dia Educação ou em qualquer suporte didático do mesmo.

### Dados Pessoais do aluno(a)

Nome: \_\_\_\_\_

Nascimento: \_\_\_\_\_

### Dados Pessoais do responsável

Nome: \_\_\_\_\_

RG: \_\_\_\_\_

CPF: \_\_\_\_\_

### Endereço:

Rua / Av: \_\_\_\_\_ Nº \_\_\_\_\_

Bairro: \_\_\_\_\_ CEP: \_\_\_\_\_

Cidade: \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_ País: \_\_\_\_\_

Telefone: \_\_\_\_\_

Registro ainda minha disponibilidade quanto à veracidade das informações pessoais acima especificada, nos termos da lei nº 9.610/98 (Lei dos Direitos Autorais).

Cidade Gaúcha, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ 2010.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do responsável

Enviar para: Centro de Excelência em Tecnologia Educacional do Paraná – Cetepar  
Rua Salvador de Ferrante, 1651 – Boqueirão.  
CEP 81670-390  
Telefone (41) 376-3323 ramal 224 sala 16 – A/C de Renato Manoel – Portal Dia-a-dia Educação.  
Curitiba – PR – Brasil.